



La diarrea puede ser peligrosa. Agota el contenido del agua y de las sales del cuerpo de su hijo. A menos que sean repuestas inmediatamente, su hijo corre el riesgo de deshidratarse y tal vez tenga que ser internado en el hospital. Para evitar esto, haga lo siguiente:



## COMO CONTROLAR LA DIARREA

1. En cuanto empiece la diarrea, déle de tomar líquidos a su hijo. Lo mejor es darle un suero de tomar para la deshidratación (oral electrolyte solution). Esto repone el agua y las sales que ha perdido el cuerpo de su hijo por la diarrea.

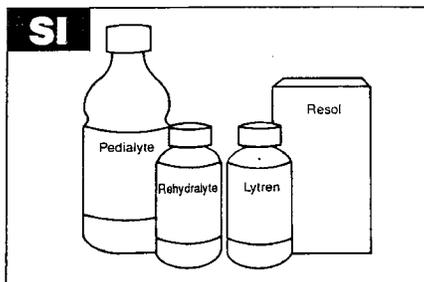
- Puede conseguir esta solución en una farmacia o en una tienda de comestibles.
- Si su hijo es menor de 2 años, déle durante cada hora media taza de suero, utilizando una cucharita. Llame a su médico o a la clínica de salud pública.
- Si su hijo es mayor de 2 años, déle al menos la mitad de una taza o la taza entera, durante cada hora.
- Déle de tomar a su hijo el suero hasta que los síntomas de la diarrea desaparezcan.
- No importa si su hijo vomita, siga dándole de tomar el suero en cucharaditas. Déle una cucharadita cada 2 o 3 minutos hasta que deje de vomitar. Vuelva a darle la cantidad indicada anteriormente.
- No le dé bebidas azucaradas como Gatorade, refrescos, o jugo de manzana. Estos pueden agravar la diarrea de su hijo.

2. Siga alimentando a su hijo de acuerdo a las indicaciones de su médico o de la clínica de salud pública. Una buena alimentación mantiene a su hijo sano.

- Si le da el pecho a su hijo, siga dándoselo.
- Si le da fórmula infantil, siga dándosela.
- Si alimenta a su hijo con comidas sólidas, siga dándole la comida habitual. Entre las comidas indicadas están la carne cocida, los cereales cocidos o los plátanos.



Estos contienen una cantidad INADECUADA de agua, de sales, y de azúcar.



Los sueros de tomar para la deshidratación (oral electrolyte solutions) contienen una cantidad ADECUADA de agua, de sales, y de azúcar.

### SEÑAS DE PELIGRO DE LA DIARREA

Su hijo tal vez necesite atención médica si la diarrea es muy fuerte. Llame al médico o a la clínica de salud pública inmediatamente en caso de:

- diarrea que dura más de 24 horas,
- diarrea que empeora,
- síntomas de deshidratación:
  - orinar poco o menos frecuente*
  - ojos hundidos*
  - ojos sin lágrimas al llorar*
  - sed intensa*
  - demasiado sueño o inquietud*